

## University of Groningen

**Mindfulnessstraining en kwaliteit van leven van mantelzorgers. De rol van ervaren druk, ervaren grip op het leven, sociaal functioneren, hulp vragen en sociale steun.**

Kappen, Sanny

**IMPORTANT NOTE:** You are advised to consult the publisher's version (publisher's PDF) if you wish to cite from it. Please check the document version below.

*Document Version*

Publisher's PDF, also known as Version of record

*Publication date:*

2013

[Link to publication in University of Groningen/UMCG research database](#)

*Citation for published version (APA):*

Kappen, S. (2013). *Mindfulnessstraining en kwaliteit van leven van mantelzorgers. De rol van ervaren druk, ervaren grip op het leven, sociaal functioneren, hulp vragen en sociale steun.* s.n.

### Copyright

Other than for strictly personal use, it is not permitted to download or to forward/distribute the text or part of it without the consent of the author(s) and/or copyright holder(s), unless the work is under an open content license (like Creative Commons).

The publication may also be distributed here under the terms of Article 25fa of the Dutch Copyright Act, indicated by the "Taverne" license. More information can be found on the University of Groningen website: <https://www.rug.nl/library/open-access/self-archiving-pure/taverne-amendment>.

### Take-down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

*Downloaded from the University of Groningen/UMCG research database (Pure): <http://www.rug.nl/research/portal>. For technical reasons the number of authors shown on this cover page is limited to 10 maximum.*



# Kwaliteit van leven van mantelzorgers voor en na een training mindfulness

Wetenschapswinkel Geneeskunde en Volksgezondheid, UMCG

**Sanny Kappen,**  
Sociologie van Gezondheid, Zorg  
en Welzijn  
**Jolanda Tuinstra,**  
Wetenschapswinkel

## Mantelzorgers ondersteunen

Verschillende maatschappelijke ontwikkelingen hebben tot gevolg dat het aantal mantelzorgers toeneemt. Veel studies laten zien dat een deel van de mantelzorgers overbelast is en stressklachten ervaart. Momenteel vindt een pilot project “Mindfulness voor Mantelzorgers” plaats in de gemeenten Groningen en Assen met als doel mantelzorgers te ondersteunen. De wetenschapswinkel Geneeskunde & Volksgezondheid onderzoekt de uitkomsten van de pilot in termen van afname van klachten en toename van kwaliteit van leven.

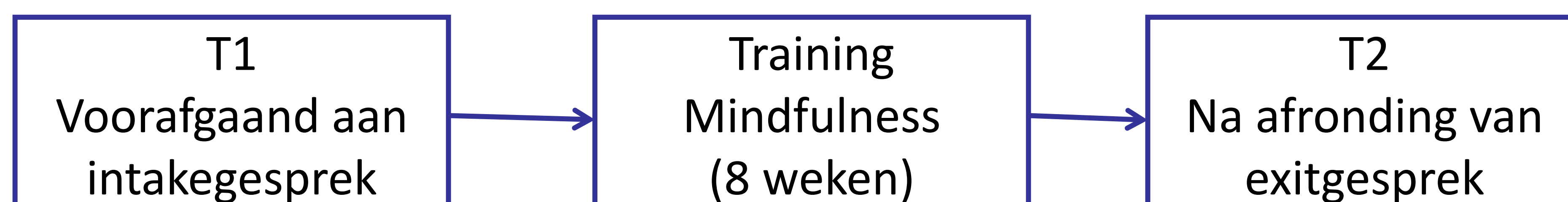
## Het project en het onderzoek

Mantelzorgers zijn geïnformeerd via het mantelzorgregister van Humanitas. Geïnteresseerden gaven zich op na een informatieavond. Na een intakegesprek volgt de training van 8 weken, in de wijk. Mantelzorgers vullen een vragenlijst in voor (T1) en na (T2) de training.

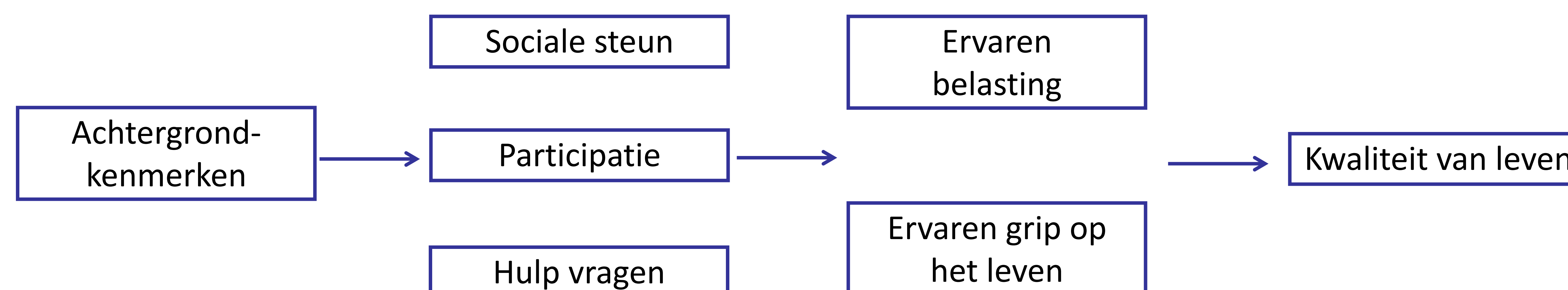
## Beschrijving van de deelnemende mantelzorgers

Variabele	Gem. (sd) en percentages	N Totaal
Leeftijd	55,6 (9,9)	62
<b>Geslacht</b>		63
Man	19%	
Vrouw	81%	
<b>Woonsituatie</b>		63
Zelfstandig, alleen	22,2%	
Samen met partner	31,7%	
Samen met kind	9,5%	
Samen met partner + kinderen	33,3%	
Anders	3,2%	
<b>Werksituatie</b>		63
Betaald werk	39,7%	
Pensioen	20,6%	
Uitkering	20,6%	
Anders	19,0%	
<b>Burgerlijke staat</b>		61
Gehuwd	68,2%	
Gescheiden	4,8%	
Weduwe/weduwenaar	3,2%	
Ongehuwd	15,9%	
Anders	4,8%	
<b>Kwaliteit van leven</b>	6,7 (1,3)	61

## Onderzoekopzet



## Theoretisch model en inhoud van de vragenlijsten



Voor de verschillende onderdelen van het theoretische model zijn meetinstrumenten opgenomen in de vragenlijst, zoals de RAND 36, GHQ-12, EDIZ, Mastery, SSL-I.